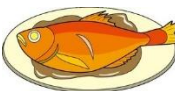
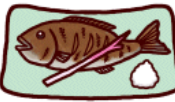




予定献立表

令和 7年 11月 1日 ~ 令和 7年 11月 10日

日	朝食	昼食	夕食
1(土)	ごはん みそ汁 ケチャップ炒め ふりかけ 牛乳 	ごはん カツのおろし煮 沢煮椀 ポパイサラダ フルーツ 	ごはん 他人煮 金時豆煮 青菜のなめたけ和え 
2(日)	ごはん みそ汁 青菜の炒め物 ふりかけ 牛乳 	ごはん 豆腐の酢豚風 玉子スープ ビーフンサラダ フルーツ 	ごはん 肉じゃが 空也蒸し ユカリ和え 
3(月)	ごはん みそ汁 ブロッコリーの炒め煮 ふりかけ コア・コア 	ごはん 煮込みハンバーグ 田舎汁 千切り野菜のサラダ フルーツ 	ごはん すき焼き風煮 じゃが芋の金平 青菜のポン酢和え 
4(火)	ごはん みそ汁 だし巻 ふりかけ 牛乳 	ごはん 豆腐の肉味噌かけ 千切野菜のすまし汁 白菜のお浸し フルーツ 	ごはん 赤魚の煮付け 小松菜と豚肉のソテー かぶの柚香あえ 
5(水)	ごはん みそ汁 野菜ソテー 佃煮 牛乳 	ごはん てんぷら みそ汁 若布の酢の物 コンポート 	ごはん ポトフ 鶏レバー煮 海草サラダ 
6(木)	ごはん みそ汁 アスパラの塩炒め 佃煮 アシド・ミルク 	ごはん 鯖の味噌煮 野菜のくず椀 白和え フルーツ 	ごはん スパニッシュオムレツ 金平 菜花のサラダ 
7(金)	ごはん みそ汁 大根の千切り炒め ふりかけ 牛乳 	ちゃんぽん風ラーメン (代替え:エビと豆腐の旨煮) 大学芋 トマトサラダ 杏仁豆腐 	ごはん ポークソテー 糸切昆布煮つけ カリフラワーの甘酢和え 
8(土)	ごはん みそ汁 キャベツとソーセージの煮込み 佃煮 牛乳 	ごはん クリームコロッケ 季節の味噌汁 フレンチサラダ フルーツ 	ごはん 麩イリチー ぜんまい煮 みぞれ和え 
9(日)	ごはん みそ汁 厚あげの煮物 ふりかけ 牛乳 	ごはん 野菜の肉巻き照り焼き風 カリフラワーグラタン 和風サラダ フルーツ 	ごはん 鯖の照り焼き 青菜のさっと煮 長芋のあえ物 
10(月)	ごはん みそ汁 野菜の土佐煮 佃煮 イチゴヨーグルト 	ごはん 五目玉子焼き 沢煮椀 切干大根の酢の物 コンポート 	ごはん 回鍋肉 かに豆腐 ところ天サラダ 